

NSCAジャパン 南関東地域ディレクターセミナー

2017年7月29日(大宮)

日時	2017年7月29日(土) 9:45~16:45 (9:15~受付)
会場	大宮ソニックシティ 905会議室 (埼玉県さいたま市大宮区桜木町1-7-5 ソニックシティビル)
内容	<p>9:45~11:45 【講義】「シーズンスポーツにおけるTest&Measurementとトレーニングへの活用」 (渡部 一郎) トレーニングにおけるシーズンを通じたTest&Measurementの重要性を種目選択の理由づけ、組み立て方、また得られたデータの処理などから実際の例を含めて解説。そして、得られた結果をトレーニングへ活用していく方法も紹介し、測定→評価→トレーニングのサイクルをチームまたは個人のトレーニングにどのように応用していくかを紹介します。</p> <p>12:30~14:30 【講義】「ラグビーのパフォーマンスゴールを達成するための戦略的フィジカルコンディショニング ~トレーニングとリカバリーバランスを考える~」(太田 千尋) 2019年に日本で開催されるラグビーワールドカップに向けて、世界を見据えた強化が進んでいます。本セミナーにおいては、その強化の中でも大きなウエイトを占める、S&Cとリカバリーについて、大学トップチームの実践例を基に、育成年代の強化も見据えてご紹介していきたいと思ひます。</p> <p>14:45~16:45 【講義】「ラグビー選手の実践的な栄養補給~強豪国のラグビーニュートリションを基に日本への応用を見据えて~」(清野 隼) 2019年に日本で開催されるラグビーワールドカップに向けて、世界を見据えた強化が進んでいます。日本は、世界の強豪国と比較して身体が小さいため、如何に速く、強く動き続けることができる身体能力を高められるかが、戦術に大きく影響してくると考えられます。そのために重要なピースがS&Cと栄養になります。特に日本代表には日本人だけではなく、外国人選手も多いため、その栄養補給も双方を考慮した内容でなければなりません。 このセミナーでは、強豪国におけるラグビーニュートリションのエビデンスに触れながら、日本における実践的な栄養補給について検討していきたいと思ひます。</p>
講師	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>渡部 一郎 (MA, CSCS, USAW, HPCアシスタントS&Cコーチ)</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>太田 千尋 (日本体育協会公認アスレティック トレーナー、ラグビー日本代表 アシスタントS&Cコーチ)</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>清野 隼 (MS, CSCS, NSCA-CPT, 管理栄養士, 日本体育協会公認スポーツ栄養士 ウイダートレーニングラボスポーツ栄養 チーフ)</p> </div> </div>
受講料	会員:6,480円 一般:7,776円
定員	63名 (定員に達し次第締め切ります)
キャンセルポリシー	開催1週間前までにご入金がない場合、受付をキャンセルとさせていただきます。開催1週間前を過ぎますと、キャンセルチャージとして受講料の100%を申し受けます。
CEU	0.6(カテゴリーA)